



PRZENOSZĄ GROŹNE CHOROBY

- NAJCZĘŚCIEJ BORELIOZĘ I KLESZCZOWE ZAPALENIE MÓZGU

## NIE BĄDŹ ATRAKCYJNY DLA KLESZCZY!



**STOSUJ ŚRODKI ODSTRASZAJĄCE KLESZCZE (REPELENTY)!**

UWAŻNIE CZYTAJ INSTRUKCJE I POSTĘPUJ ZGODNIE Z ZALECENIAMI ICH PRODUCENTÓW



**TWOJE UBRANIE TWOJĄ OCHRONĄ!**

IDZIESZ DO LASU - WYBIERZ UBRANIE Z DŁUGIM RĘKAWEM, DŁUGIMI NOGAWKAMI I PEŁNE OBUWIE  
WYBIERZ JASNE KOLORY UBRAŃ, BY W PORĘ ZAUWAŻYĆ I USUNĄĆ KLESZCZA



**BĄDŹ CZUJNY - UNIKAJ MIEJSC BYTOWANIA KLESZCZY!**

NIE SIADAJ NA ŚCIĘTYCH PNIACH, NIE KŁADŹ SIĘ NA TRAWIE I POD KRZEWAMI  
PO POWROCIE DO DOMU ZMIENŲ UBRANIE I OBEJRZUJ CAŁE CIAŁO



**ZNALAZŁEŚ U SIEBIE KLESZCZA? NIE PANIKUJ!**

USUŃ GO JAK NAJSZYBCIEJ - JEŻELI POTRAFISZ SAMODZIELNIE - NAJLEPIEJ ODPOWIEDNIM  
PRZYRZĄDEM WG INSTRUKCJI LUB SKONTAKTUJ SIĘ Z PERSONELEM MEDYCZNYM



**PAMIĘTAJ!**

PRZED KLESZCZOWYM ZAPALENIEM MÓZGU (KZM) NAJSKUTECZNIEJ CHRONI SZCZEPIENIE!  
NA CHWILĘ OBECNĄ NIE MA SZCZEPIONKI PRZECIW BORELIOZIE.

POWYŻSZE ZASADY STANOWIĄ TARCZĘ OCHRONNĄ  
PRZECIWKO CHOROBOM ODKLESZCZOWYM



CHRONIMY ZDROWIE  
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Olsztynie  
Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Katowicach

